

“MÃOS QUE CRIAM” E A PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS POR MEIO DE ATIVIDADES ARTESANAIS¹

"HANDS THAT CREATE" AND THE PROMOTION OF QUALITY OF LIFE OF THE ELDERLY THROUGH CRAFT ACTIVITIES

Débora Pires Teixeira²
Celina Angélica Lisboa Valente Carlos³

1. RESUMO

Com o crescimento da expectativa de vida no Brasil, aumenta-se a preocupação com a qualidade de vida das pessoas da Terceira Idade. Desta forma, no âmbito educacional, os grupos Universidades Abertas à Terceira Idade (UNATI) têm favorecido a implementação de recursos auxiliares, procurando suprir a escassez de projetos sociais e educacionais. Dentre as atividades oferecidas por esses grupos de apoio, destacam-se o fazer manual e o artesanato. Assim, buscou-se analisar se a atividade artesanal é capaz de produzir reflexos na qualidade de vida de idosos frequentadores de grupos UNATIs. A amostra foi composta por nove idosos que participaram de oficinas de artesanato do grupo Universidade Rural Aberta à Terceira Idade (URATI), no período compreendido entre maio de 2014 e fevereiro de 2015. Como recurso metodológico, foi utilizada a entrevista semiestruturada. Mediante a coleta de dados foi possível concluir que as oficinas produziram reflexos positivos na qualidade de vida dos idosos.

Palavras-chave: Universidade Rural Aberta à Terceira Idade. Qualidade de Vida. Projeto "Mãos que Criam: capacitação para promoção social".

¹ Esse artigo é resultado do projeto de pesquisa “Mãos que criam” e a promoção da qualidade de vida de idosos por meio de atividades artesanais, vinculado ao Departamento de Economia Doméstica e Hotelaria da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro – UFRRJ, Rio de Janeiro, RJ, Brasil.

² Professora Adjunta do Departamento de Economia Doméstica e Hotelaria da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: deborapite@gmail.com

³ Professora Assistente do Departamento de Economia Doméstica e Hotelaria da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, RJ, Brasil. E-mail: celinavalente@yahoo.com.br

2. ABSTRACT

Due to the growth of the life expectancy in Brazil, the concern about quality of life of the people of the Third Age increases. Thus, in the educational field, the Universities Open to the Third Age (UNATI) groups have favored the implementation of auxiliary resources, seeking to fill the shortage of social and educational projects. Among the activities offered by these support groups, the most important are manual making and handicrafts. So, it was sought to examine if the craft activity is able to produce reflexes in the quality of life of elderly people attended by UNATI groups. The sample consisted of nine elderly people who participated in handicraft workshops of the Rural University Open to the Third Age (URATI) group, from May 2014 to February 2015. As a methodological resource, the semi-structured interview was used. Through the data collection, it was possible to conclude that the workshops produced positive effects on the quality of life of the elderly.

Keywords: Rural University Open to the Third Age. Quality of life. “Hands that create: empowerment for social promotion” project.

3. INTRODUÇÃO

O século XX foi marcado por um grandioso avanço da ciência e da tecnologia, resultando em um amplo desenvolvimento da humanidade sob vários aspectos. Esse crescimento ocasionou repercussões positivas para a sociedade como um todo, entre elas as consideráveis transformações na pirâmide etária. O envelhecimento da população tornou-se, então, um fenômeno de amplitude mundial. No Brasil, de acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o número de idosos vem aumentando significativamente a cada década, desde 1950. Esses índices conduzem à expectativa de que, no ano de 2020, o país possuirá 32 milhões de pessoas com idade superior a 60 anos, representando 15% da população total. Dentro desse contexto, a Organização Mundial de Saúde (OMS) faz uma projeção de que, em 2025, o Brasil será apontado como o 6º país do mundo em população idosa (CELICH, 2008).

Segundo a Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) de 2013, o número de pessoas no Brasil acima de 60 anos⁴ continua crescendo. São 26,1 milhões de idosos no território nacional, o que corresponde a 13% da população e mostra a tendência de envelhecimento do país. Essa tendência traz consigo o aumento da expectativa de vida, bem como amplia a preocupação com a qualidade de vida dos idosos. Para Celich (2008), envelhecer e ter uma boa qualidade de vida depende do equilíbrio entre as limitações e potencialidades do indivíduo, o qual possibilitará lidar, em diferentes graus de eficiência, com as perdas que são próprias do processo de envelhecimento.

Visando à melhoria da qualidade de vida dos idosos, leis, portarias e decretos foram publicados, tais como a Política Nacional do Idoso (Lei n. 8.842, de 4 de janeiro de 1994, regulamentada pelo Decreto n.º 1.948, de 3 de julho de 1996), e a Política Nacional de Saúde do Idoso (Portaria n.º 1395, de 10 de dezembro de 1999), as quais pretendem, essencialmente, assegurar os direitos sociais do idoso, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade (TAHAN; CARVALHO, 2010). O acesso à arte, à cultura, ao saber, à saúde, à igualdade, entre outros está estabelecido como um dos direitos constituídos a partir da lei Política Nacional do Idoso (MASCHIO, 2012).

Neste sentido, no âmbito educacional, as Universidades Abertas à Terceira Idade – UNATI têm favorecido a implementação de recursos auxiliares, procurando suprir a escassez de projetos sociais e educacionais mais densos e abrangentes para esta faixa etária. Torna-se fundamental que o espaço acadêmico evidencie propostas que valorizem a vivência qualitativa do tempo livre, sobretudo, durante a velhice, bem como apostem na educação para o lazer, atrelando-a aos projetos em prol do idoso. As UNATIs parecem representar um espaço fértil para frutificar tais práticas (FENALTI; SCHWARTZ, 2003).

Diante dessa realidade, a Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro criou, em 2013, a Universidade Rural Aberta à Terceira Idade – URATI. A partir de maio de 2014, o Projeto de Extensão “Mãos que Criam: projeto de capacitação para a promoção social” passou a integrar o conjunto de atividades da URATI, com oferecimento semanal de oficinas de artesanato.

⁴Definição do termo “idoso” dentro da pesquisa

Neste contexto, o presente artigo buscou analisar se a atividade artesanal é capaz de produzir reflexos na qualidade de vida de idosos. Para tanto, tem-se como referência a participação dos idosos pertencentes ao grupo Universidade Rural Aberta à Terceira Idade – URATI nas oficinas de artesanato oferecidas pelo projeto “Mãos que Criam”.

4. REVISÃO DE LITERATURA

4.1. Qualidade de Vida na Terceira Idade

A qualidade de vida está relacionada à sensação de bem-estar, autonomia, independência, satisfação pessoal e outras questões pertinentes a cada indivíduo, pois são vinculadas ao comportamento e aos hábitos de vida. Pode ser entendida, ainda, como a habilidade ou capacidade que o indivíduo apresenta para desempenhar as atividades da vida diária, obtendo, desta forma, satisfação (NERI, 2005).

A definição da OMS (1995) para qualidade de vida engloba “*a percepção do indivíduo quanto a sua posição na vida, no contexto da cultura e do sistema de valores em que vive, levando em conta suas metas, suas expectativas, seus padrões e suas preocupações*”. Dessa forma, o conceito de qualidade de vida é subjetivo, mas, segundo Allardt (1995), citado por Herculano (1998), está atrelado a três esferas: o ser, o ter e o amar.

Para o autor, o TER refere-se às condições materiais necessárias para uma sobrevivência livre da miséria, o que engloba desde recursos materiais até as demandas básicas da nossa sociedade (habitação, alimentação, saúde, educação e emprego). Já o AMAR diz respeito à necessidade de se relacionar com outras pessoas e formar identidades sociais. E, por último, o SER está atrelado às necessidades de integração na sociedade e de harmonização com a natureza, a serem mensuradas com base nos seguintes princípios: participação nas decisões e atividades coletivas que influenciam sua vida; atividades políticas; oportunidades de tempo de lazer; perspectiva de uma vida profissional significativa; e possibilidade de estar em contato com a natureza, em atividades lúdicas ou contemplativas.

De forma específica, a preocupação com a qualidade de vida na velhice ganhou relevância nos últimos 30 anos. Esse fato é decorrente do aumento do número de idosos e da constatação de maior longevidade na maioria das sociedades, fazendo com que as autoridades e os cientistas embasem seus planejamentos nestes estudos (NERI, 2005).

De acordo com a mesma autora, a qualidade de vida na velhice engloba três princípios centrais: a) depende da interação de muitos elementos; b) é produto de uma história de interação, sendo delineada à medida que os indivíduos e as sociedades se desenvolvem; e c) é avaliada a partir da comparação de critérios objetivos e subjetivos, associados a normas e valores sociais e individuais, sujeitos a alterações no decorrer do tempo.

Para Souza (2005), a qualidade de vida do idoso pode ser observada como componente de um indicador composto. Assim, a mesma é vista de forma objetiva como a soma dos níveis de renda, educação e saúde de determinada população, sendo esses elementos chaves de qualidade de vida do indivíduo.

Já Celich (2008) acredita que existem alguns fatores que contribuem para a melhoria da qualidade de vida do idoso, tais como: receber uma aposentadoria adequada; manter as amizades e os bons relacionamentos; contar com o apoio da família; ter saúde; receber afeto, carinho e amor; ser respeitado e valorizado; ter autonomia e ser independente; poder sair, se divertir e passear; participar dos grupos de terceira idade; ter uma alimentação adequada; ter fé em Deus; realizar atividade física, não ser sedentário; usufruir de políticas públicas adequadas aos idosos; ser bem aceito na sociedade; ter moradia própria; aprender coisas novas; não usar medicação sem controle médico.

O estudo desta autora demonstrou, ainda, que os idosos valorizam de modo singular a convivência grupal e a manutenção dos relacionamentos. Por isso, os grupos de apoio à terceira idade têm sido fundamentais para preservar e elevar a qualidade de vida de seus integrantes. Majoritariamente, os idosos que participam desses grupos possuem capacidade para tomar decisões no seu melhor interesse, e têm uma qualidade de vida, de certo modo, satisfatória (CELICH, 2008).

4.2. Artesanato e Terceira Idade: o trabalho nas UNATIs

Os programas Universidades Abertas à Terceira Idade – UNATI tiveram seu início na França, com o professor Pierre Vella. No entanto, logo se espalharam por toda a Europa, sendo que a importância desses projetos educacionais passou a ser enfatizada a partir de 1973. O primeiro projeto brasileiro em prol do idoso começou com a criação da Escola Aberta à Terceira Idade, do Serviço Social do Comércio – SESC de Campinas/SP, em 1977. Desde então, algumas instituições de ensino superior começaram a se interessar pela questão social do idoso e pelo envelhecimento populacional no Brasil, o que influenciou as áreas do ensino, da pesquisa e da extensão (BORBA, 2001).

De acordo com Fenalti e Schwartz (2003), diferentes instituições universitárias iniciaram o trabalho das UNATIs com procedimentos pedagógicos distintos, que vão além da comunicação do saber formal científico. Para os autores:

Esses programas visam à valorização pessoal, à convivência grupal, ao fortalecimento da participação social, à formação de um cidadão consciente de suas responsabilidades e direitos, promovendo sua autonomia e qualidade de vida. Assim sendo, os poucos projetos organizados por entidades interessadas pelos idosos são, provavelmente, os únicos instrumentos facilitadores do estabelecimento de relações positivas entre os diversos aspectos da vida do indivíduo na sociedade brasileira. E, apesar do pouco tempo de vigor destes projetos, eles vêm despertando interesse da população idosa, provavelmente por representarem uma das únicas possibilidades de vivência significativa no âmbito do lazer (FENALTI; SCHWARTZ, 2003, p. 113).

Sobre a participação em programas de Universidades Abertas à Terceira Idade - UNATI, Fenalti e Schwartz (2003) apontam que as principais razões que levam os idosos a procurarem projetos e programas de UNATIs são: preencher o tempo livre, procurar atividades culturais e físicas, fugir da rotina, participar de viagens turísticas e buscar o bem-estar geral. Tais motivações estão diretamente relacionadas às concepções do lazer. Como resultado da participação dos idosos nesses programas, tem-se uma percepção clara de melhoria da saúde geral, dos aspectos psicológicos referentes a mudanças de atitudes pessoais e do aprimoramento dos relacionamentos interpessoais.

Mais especificamente sobre a relação de artesanato e terceira idade, Weber e Tomé (2012) relataram que os idosos, durante a sua produção artesanal, demonstraram grandes habilidades em desenvolver o ofício. Destaca-se que, nas feiras de vendas das

peças produzidas, grande parte dos idosos participa e exprime orgulho de sua autoria, de sua habilidade com o artesanato e de sua capacidade produtiva. Além disso, a autonomia proporcionada pela atividade artesanal é enfatizada pelos idosos em relação à renda obtida com a venda dos produtos, a qual é relevante nesta fase da vida que existem mais gastos com a saúde.

Acerca dos resultados percebidos no que tange ao trabalho artesanal pelos idosos dentro de universidades, Maschio (2012) pesquisou o projeto de extensão “Envelhecer com Arte”, que funciona há cinco anos no *campus* da Universidade Estadual Paulista, localizado na cidade de Bauru-SP, e tem como objetivo a melhoria da qualidade de vida do idoso por meio da Arteterapia.

Para Maschio (2012), o projeto opera como um espaço estimulador e cultural, que beneficia os idosos com oficinas de artesanato, as quais encorajam sua própria aceitação perante o grupo e o desenvolvimento intelectual e artístico. Como consequência, pode-se afirmar que o projeto foi um fio condutor de bem-estar físico e mental, no qual averiguou-se que os seus participantes têm se sentido bem a partir do contato com as atividades artísticas. Paralelamente, notou-se que suas mentes estavam mais exercitadas, ou seja, os entrevistados estavam mais ativos, contribuindo, assim, para a sua saúde mental.

Em continuidade, eles apontaram que tiveram um aumento de sua autoestima, além de que estavam mais calmos e alegres, características estas que indicam a eficácia da arte como propulsora de melhoria dos estados físico e emocional. Por fim, os participantes da pesquisa afirmaram que o ambiente do projeto de extensão aparentava ser familiar, portanto, um local gratificante de se estar. Deste modo, os mesmos apreciavam o espaço e as atividades exercidas no local (MASCHIO, 2012).

Lukasiewicz (2010) pesquisou o grupo Universidade Aberta para a Terceira Idade, *campus* de Irati/PR, que é um Programa de Extensão Permanente, pertencente à Universidade Estadual do Centro-Oeste (Unicentro), e que existe desde 1997, atendendo, semanalmente, a cerca de 50 idosos do município de Irati e região. Segundo Lukasiewicz (2010), com a inserção das oficinas de artesanato, observou-se o alargamento da participação das idosas nas atividades, além do entusiasmo na realização das tarefas. Para muitas, destaca-se a descoberta da habilidade com as mãos. Outras relataram dar continuidade ao artesanato feito na oficina em casa, ou até mesmo

repassaram para filhos e netos. Dessa forma, concluiu-se que a oficina de artesanato tem um papel fundamental na vida das idosas que acham que, por algum motivo, já não conseguem mais superar seus limites, bem como aquelas que fazem do seu tempo livre uma obra de arte, sempre praticando o que já sabem e aprendendo coisas novas.

5. METODOLOGIA

A pesquisa teve delineamento qualitativo, no formato de estudo de caso, o qual foi realizado no grupo Universidade Rural Aberta à Terceira Idade – URATI.

O público-alvo contemplou idosos frequentadores desse grupo, participantes das oficinas de artesanato oferecidas pelo programa PROEXT/MEC “Mãos que criam: projeto de capacitação para a promoção social”, um projeto de extensão universitária pertencente ao Departamento de Economia Doméstica e Hotelaria da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro e que vigorou de março de 2014 a fevereiro de 2015. O objetivo da iniciativa foi capacitar indivíduos e grupos produtivos de Seropédica e região, assim como funcionários e estudantes da UFRRJ, na utilização dos conhecimentos de métodos e técnicas de produção artesanal e/ou têxtil, como modelagem, confecção e customização, dentre outros tipos.

Além do público-alvo descrito acima, a partir de maio de 2014, atendendo à demanda do grupo Universidade Rural Aberta à Terceira Idade – URATI, o projeto “Mãos que Criam” passou a atender, também, a esse público, oferecendo, quinzenalmente, oficinas de artesanato.

As atividades do “Mãos que Criam” tinham como princípio norteador o trabalho com conceitos como sustentabilidade, reaproveitamento, reuso, reutilização e customização, e, por meio de técnicas artesanais, transformavam produtos descartados ou descartáveis em peças novas e adequadas ao uso. Concomitantemente, trabalhou-se, ainda, o fortalecimento de laços sociais, formas inovadoras e diferenciadas de lazer, desenvolvimento e/ou aprimoramento da coordenação motora fina, da criatividade e da memória, além de oportunizar a geração de emprego e renda.

Destaca-se, ainda, que as oficinas eram temáticas e obedeciam a um calendário comemorativo e comercial (Dia das Mães, Dia dos Namorados, Natal, Páscoa etc.) a fim de possibilitar a venda rápida do produto, caso fosse de interesse do participante. No

total foram oferecidas, gratuitamente, 30 oficinas, atendendo a cerca de 10 pessoas por atividade. Após o período de realização do projeto, os idosos foram convidados a participarem de uma pesquisa.

Do público presente nas oficinas, colaboraram, voluntariamente, para esta pesquisa, 09 (nove) idosos. Eles foram selecionados por acessibilidade e informados sobre os objetivos do estudo e do preenchimento do termo de consentimento livre e esclarecido. O estudo teve aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro – COMEP, protocolo N° 631/2015, estando de acordo com a 466/12, que regulamenta os procedimentos de pesquisa envolvendo seres humanos nessa universidade.

Para coleta de dados desta pesquisa foi utilizado um roteiro de entrevista semiestruturada⁵, composto por quatorze questões, sendo as duas primeiras com a finalidade de levantar informações sobre a idade e o sexo dos participantes, e as demais voltadas a identificar se os idosos haviam participado de alguma oficina anterior ao projeto “Mãos que criam”, bem como os motivos que os levaram a integrar e continuar nas atividades propostas. Com a entrevista buscou-se investigar, ainda, se o trabalho aprendido no projeto era desenvolvido em casa e apresentado aos familiares e amigos, se foram percebidas melhorias relacionadas ao corpo, à mente e à autoestima, além de compreender a relação qualidade de vida e artesanato.

Os dados coletados resultantes foram analisados de forma qualitativa e quantitativa. Além disso, as respostas da questão aberta referente à qualidade de vida foram analisadas mediante o método de Análise de Conteúdo (BARDIN, 2004). Adotou-se o critério semântico para a identificação de categorias temáticas, baseadas no agrupamento de elementos de significados mais próximos, que compunham as respostas dos participantes. Após, foi realizada a contagem da frequência final dos elementos nas categorias e as repostas foram analisadas e discutidas separadamente.

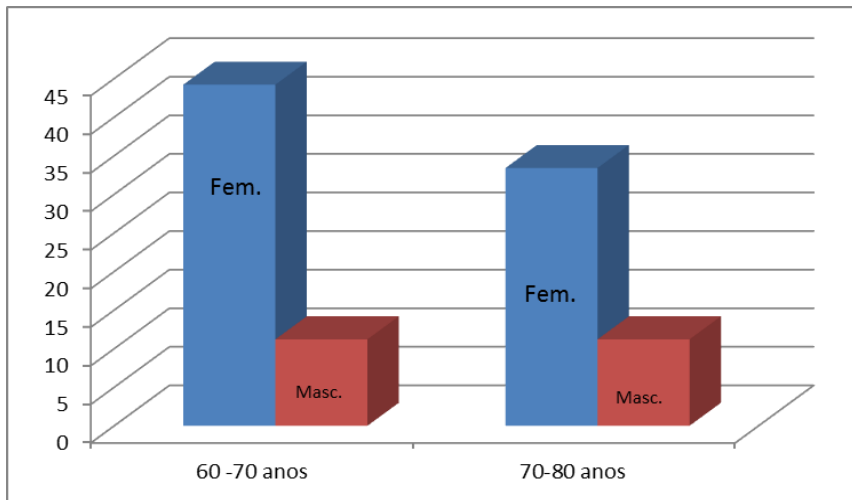
6. RESULTADOS

Da amostra pesquisada, a maioria (sete) era mulher. Em relação à idade, cinco idosos possuíam idade compreendida no intervalo de 60 a 70 anos, enquanto três

⁵ As entrevistas foram coletadas durante o mês de junho de 2015.

estavam na faixa de 70 a 80 anos. Ou seja, houve predomínio do sexo feminino e da faixa etária entre 60 a 70 anos. Ressalta-se que nenhum idoso apresentou idade superior a 80 anos, conforme Figura 1.

Figura 1: Dados demográficos dos idosos



Fonte: Dados da Pesquisa, 2015.

De acordo com a literatura pesquisada, no que tange à participação de idosos nos grupos UNATIs, verifica-se a predominância da faixa etária entre 60 e 88 anos e do sexo feminino, uma vez que as mulheres apresentam maior disponibilidade de aderirem a grupos de atividades (TAHAN; CARVALHO, 2010; IRIGARAY; SCHNEIDER, 2008 SILVA, et al. 2011). Tal fato também reflete a realidade dos dados demográficos da sociedade brasileira, com maior probabilidade de sobrevivência das mulheres e tendência de feminilização do envelhecimento populacional. De acordo com os dados da PNAD (2013), dos 26,1 milhões de idosos no país, que correspondiam a 13% da população brasileira na época, 56% eram mulheres e 44% homens.

No que concerne à experiência prévia do idoso com práticas artesanais, tem-se que a maioria dos participantes havia executado algum tipo de técnica de artesanato ou práticas manuais antes de integrar o Projeto “Mãos que Criam”. A experiência com o artesanato foi unânime entre as mulheres, que destacaram a importância da herança familiar na construção desses saberes. Em alguns casos, o contato prévio com o artesanato estava relacionado ao estudo em colégios internos. De acordo com Simioni (2010), a costura, a tapeçaria, o bordado e outras artes têxteis estão “naturalmente atrelados ao fazer feminino”. Ao longo da história, as mulheres, vistas como seres

intelectualmente inferiores, foram consideradas capazes de realizar apenas uma arte feminina, ou seja, obras menos significativas do que aquelas feitas pelos homens “geniais”, como as grandes telas e/ou as esculturas históricas, ficando a cargo da mulher as artes ligadas ao universo têxtil e do vestuário (SIMIONI, 2010).

Sobre os motivos que levaram os entrevistados a participar da primeira oficina do projeto, foram destacados: curiosidade, busca por conhecimento e o fato de estarem envolvidos em outras atividades da URATI. Uma idosa de 67 anos relatou que era uma forma de “fugir da rotina maçante e dos problemas familiares”, conforme relatos abaixo:

Porque fui convidada e meus filhos me incentivaram, porque eu fico muito à toa em casa (Idosa 1).

Eu tenho um filho deficiente, tem problemas mentais, então ele foi pro Caps, mas como a doença dele era uma doença assim que medicado ele ficava bem. Ele foi para um projeto da prefeitura, uma ação social e encaminharam ele para fazer artesanato, pintura em azulejo, essas coisas. E eu peguei e me interessei e passei a fazer artesanato. Fui para a terceira idade para aliviar o stress, a psicóloga me indicou, porque mexer com uma pessoa com doença mental é terrível. Já tinha uma noção do que era artesanato, sempre gostei e fiquei muito interessada em participar quando eu soube que ia ter, porque o artesanato é muito bom para muitas pessoas, mas para mim é maravilhoso, a gente se distrai, coisas novas na mente, né? Parece que relaxa, eu pelo menos relaxo quando eu tô fazendo alguma coisinha de artesanato. A gente fica só focada naquele momento, pra mim é muito bom. Foi por isso mesmo, por gostar de artesanato (Idosa 4).

Neste contexto, a literatura corrobora os dados da pesquisa, já que, de acordo com Fenalti e Schawartz (2003) e Irigaray e Scheneider (2008), os principais motivos pelos quais os idosos se envolvem em UNATIs são: atualização, busca por novos conhecimentos, novas amizades, um novo sentido de vida, ocupação do tempo livre, lazer, procura por atividades culturais e físicas e busca de bem-estar geral.

No que diz respeito à permanência nas oficinas, a maioria relatou *ter gostado das atividades*. Uma idosa relatou que as oficinas a *deixavam relaxada* e outro que as oficinas o *ajudavam a desenvolver o raciocínio*.

De forma geral, os idosos não apontaram predileção por alguma das práticas artesanais apresentadas e se afirmaram satisfeitos e interessados por todas as atividades do projeto. De acordo com os entrevistados, eles se sentiam muito bem, felizes, calmos e tranquilos ao participar das oficinas de artesanato.

Além disso, três dos nove entrevistados comentaram que os artesanatos aprendidos durante as oficinas foram reproduzidos em casa, sendo que alguns para uso

próprio, outros para a venda e, conseqüentemente, aumento da renda familiar. Os demais participantes não confeccionaram outras peças artesanais alegando falta de tempo e dificuldade para encontrar insumos na cidade em que residem. É importante ressaltar que um dos entrevistados demonstrou, de certa forma, preocupação com o ócio e entendimento de que os conhecimentos adquiridos nas oficinas poderão contribuir futuramente em seu cotidiano.

Tendo em vista que o artesanato pode colaborar para a saúde física e mental de idosos, perguntou-se aos entrevistados se após a participação nas oficinas eles percebiam melhoria no bem-estar do corpo e da mente, além da autoestima. De forma unânime, eles relataram sensações de bem-estar, alegria e relaxamento, além de alguns destacarem melhora significativa na memória ao resgatarem práticas aprendidas no passado.

Todos os entrevistados disseram que os artesanatos aprendidos e confeccionados durante as oficinas eram apresentados a amigos ou familiares, que elogiavam o produto final e os incentivam a continuar nas oficinas, o que lhes causava felicidade e sensação de autorrealização:

Muito bem, acho que a gente vê que a gente tem capacidade pra tá aprendendo e isso é importante (Idosa 1).

Fiz bainhas nas toalhinhas do meu neto que é recém-nascido. Então eu fiz no enxoval, biquinho (crochê), caseado que eu aprendi aqui. Eu voltei a fazer porque a minha nora pediu [...] (Idosa 3)

[...] O artesanato mexe com o seu íntimo. Você está fazendo, você olha, acha que está ficando bonito e pede uma opinião (Idosa 5)

[...] Ah eu apresento para todo mundo, principalmente para as minhas netas! Elas acham ótimo, gostaram muito, acharam maravilhosos. Me sinto muito bem, porque eles me incentivam. Porque as vezes as pessoas pensam assim, porque você está idoso, tem que ficar parado e só cuidando daquela rotina e coisinhas de dentro de casa e aqui não, a gente está abrindo a nossa mente para aprender coisas novas, para mostrar que eu estou com 67 anos, mas to com a mente boa, pelo menos eles me incentivam muito. Lá na minha igreja eu levei (Idosa 4).

Pelas falas destacadas e observações realizadas, nota-se o artesanato desempenhando plenamente suas funções junto a este grupo. Ao passo que se percebe a função de geração de renda, evidenciam-se as de lazer e sociabilidade. Juntamente com a prática da atividade artesanal, outros benefícios também foram destacados pelos idosos: sensação de relaxamento, empoderamento, autorrealização, autoatualização,

melhoria da memória, aumento da autoestima e outros. Tal fato torna-se ainda mais relevante se considerarmos a região onde o público está inserido, que é conhecida como “Sertão Carioca”, dada a escassez de recursos econômicos e culturais.

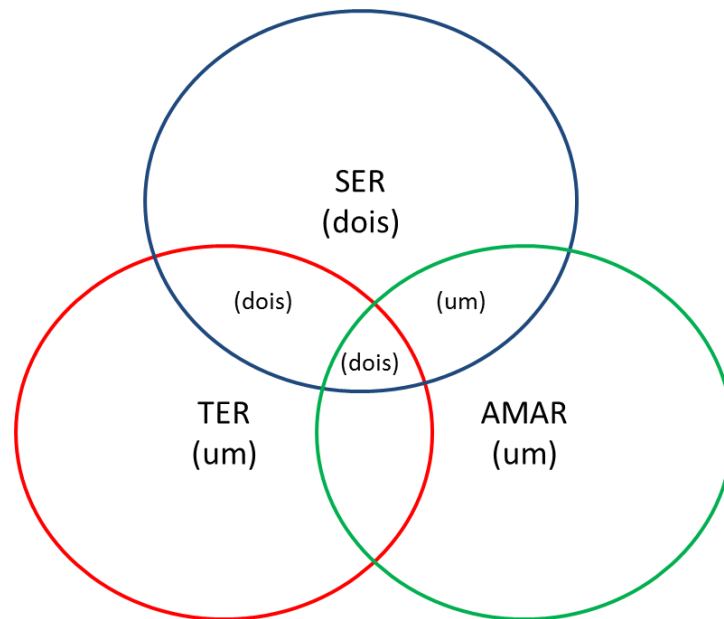
Os achados de Weber e Tomé (2012), Maschio (2012), e Lukasiewicz (2010) reafirmam os dados da pesquisa e evidenciam a relação benéfica entre os idosos e o fazer artesanal, dentro de UNATIs. Weber e Tomé (2012) destacaram o aumento de autonomia e da capacidade produtiva, bem como a geração de renda, relevante nesta fase da vida em que existem mais gastos com a saúde. Maschio (2012) demonstrou que o artesanato funciona com fio condutor de bem-estar físico e mental, eleva a autoestima, e propicia sentimentos de paz, calma e alegria. Por último, Lukasiewicz (2010) observou entusiasmo dos idosos na realização das atividades, a descoberta da habilidade com as mãos, aquisição de novos conhecimentos e a superação de limites pessoais.

Verificou-se, junto aos participantes, o seu entendimento acerca do conceito de Qualidade de Vida (QV), bem como sobre quais seriam os reflexos do artesanato em sua QV. As respostas obtidas foram analisadas segundo as três categorias apontadas por Allardt (1995) citado por Herculano (1998), conforme Figura 2. De acordo com esse autor, a QV está atrelada a três esferas: SER, TER e AMAR.

Sobre a definição do termo “qualidade de vida” pelos idosos, como esperado, foram detectadas na amostra pesquisada diferentes formas de perceber a QV: os idosos que associavam a QV a uma só esfera (TER ou SER ou AMAR) e os que a conjugavam com duas ou mais esferas (TER e SER ou SER e AMAR, TER e AMAR ou TER, AMAR e SER).

Isoladamente, a esfera que obteve maior número de menções foi o SER, sendo que, destes, dois idosos remeteram-se apenas a essa esfera, e os demais fizeram conjugações ora com AMAR, ora com TER. A Análise de Conteúdo revelou que o SER esteve relacionado aos termos: *viver em paz, fazer exercício, respirar ar puro, liberdade de ir e vir, ser respeitado em seus direitos, aprender mais, participar de grupos de terceira idade e passear.*

Figura 2: Diagrama da Qualidade de Vida: SER; TER e AMAR



Fonte: Dados da Pesquisa, 2015.

De forma isolada, as categorias TER E AMAR receberam menções de apenas um participante. No que se refere aos termos relacionados ao TER, tem-se: *segurança, saúde, alimentação adequada, academia na praça ou campo aberto e acesso a serviços médicos*. A categoria AMAR apareceu em: *contato com as outras pessoas; ser útil para as pessoas; estar em contato com os amigos e ter a família próxima*.

Destaca-se, ainda, que nenhum entrevistado limitou seu conceito de qualidade de vida ao TER e ao AMAR, mas dois deles correlacionaram a QV às três esferas de análise, ou seja, ao TER, SER e AMAR, conjuntamente.

Com relação à categoria SER, a análise de conteúdo revelou recorrência dos termos “liberdade” e “direitos”, o que aponta para um público conhecedor de seus direitos e de legislações específicas que os garantem. Segundo Celich (2008), o caráter emancipatório das práticas vivenciadas em grupos de terceira idade influencia na qualidade de vida dos idosos.

O engajamento em atividades sociais favorece aos idosos espaços de trocas, suporte social, satisfação pessoal, bem como uma melhoria na autoestima, maior independência e autonomia. Os Centros de Convivência de Terceira Idade visam a uma ampliação da participação social dos idosos, além de também promoverem atividades variadas, maior sociabilidade e conscientização de suas possibilidades criativas e

intelectuais (SILVA, 2011). Estudos têm mostrado uma associação entre aquisição de novos conhecimentos pelo idoso e melhoras ou mudanças em diversos aspectos de sua vida (IRIGARAY, 2008).

O acesso às atividades físicas e às condições necessárias para a prática de esportes de maneira gratuita foi destacado pela maioria dos entrevistados. É esperada a diminuição da qualidade de vida com o envelhecimento, principalmente no que diz respeito à incapacidade funcional; entretanto, a prática de atividade física associada à alimentação adequada pode retardar esse processo. Os benefícios da atividade física também ecoam na vida social do sujeito, ajudando a manter e promover a autonomia, o bem-estar e a independência (PELUSO; ANDRADE, 2005 apud SILVA, 2011).

Referente à categoria TER, nota-se que os termos “renda” ou “dinheiro” não apareceram, mas as condições básicas para manutenção da vida, como alimentação e segurança, receberam destaque nas entrevistas.

No que tange à categoria AMAR, tem-se que nesta fase da vida a solidão faz-se presente na vida desses sujeitos. Assim, Celich (2008) aponta que os idosos valorizam de modo singular a convivência grupal e a manutenção dos relacionamentos. Por isso, os grupos de apoio aos idosos têm sido fundamentais para manter e elevar a qualidade de vida de seus participantes, já que o fator determinante de diminuição da QV pode não ser o envelhecimento em si, mas o isolamento social e a pouca atividade física e mental.

De forma geral, termos destacados por Celich (2008), no que se refere à melhoria da qualidade de vida dos idosos, foram observados pelos entrevistados, como: manter as amizades e os bons relacionamentos; receber apoio da família; ser respeitado e valorizado; ter autonomia e ser independente; poder sair, se divertir e passear; participar dos Grupos de Terceira Idade; ter uma alimentação adequada; realizar atividade física; ter políticas públicas adequadas aos idosos e aprender coisas novas. A qualidade de vida na velhice depende de muitos elementos em interação constante ao longo da vida do indivíduo, como a saúde física e mental, condições financeiras, satisfação com a vida, entre outros, visto que tal avaliação é multideterminada (TRENTINI, 2004 apud SILVA, 2011).

Com relação aos reflexos da atividade artesanal na qualidade de vida dos idosos, todos os entrevistados consideraram o artesanato como mola propulsora de uma vida

melhor. Os reflexos da atividade artesanal estiveram associados a termos como: *deixa você mais tranquilo, paz, confiança, feliz, produzir, me sinto bem, gosto de fazer, ambiente alegre, cabeça mais aberta, aprender mais, forma de lazer, tirar um tempo para mim, lembro de coisas da época do colégio, agilidade, curiosidade, elogios, desperta o interesse dos outros*, dentre outros.

Pelos termos detectados, os idosos visualizam no artesanato uma possibilidade de alcançar a categoria SER de Allardt apud Herculano (1998), que engloba as necessidades de integração com a sociedade e de harmonização com a natureza, o que pode ser conferido nas falas abaixo:

Como eu falei, deixa você mais tranquilo, com mais paz, com destreza, com essa confiança em poder fazer as coisas, que você pode produzir e fazer aquilo que você imaginava que você não poderia fazer. Penso assim. (1 B)

[...] um ambiente muito alegre, a gente ria, brincava com outro colega. Era um ambiente muito bom, facilitava a gente ter a cabeça mais aberta pra aprender mais (2B).

[...] se eu tirei aquele tempo pra mim é um bem estar pra mim. (3B)

Porque tem dias que estou desanimada e lembro do artesanato na Rural, aí eu vou para aula e me sinto bem (4 A).

Destaca-se também que a maioria dos idosos relacionou a qualidade de vida à categoria SER, o que reforça a importância dada ao fazer artesanal para a vivência desse conceito pelo público estudado.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Embora as oficinas de artesanato sejam predominantemente frequentadas por mulheres, por meio desta pesquisa foi possível identificar, ainda que de forma minoritária, a participação do sexo masculino.

A partir da fala dos entrevistados, constatou-se que a prática da atividade artesanal acarreta sensação de relaxamento, bem-estar, empoderamento, autorrealização, atualização, melhoria da memória, aumento da autoestima e outros. Identificou-se, ainda, que os idosos entrevistados valorizam as práticas vivenciadas, o relacionamento interpessoal e percebem as oficinas como momentos de socialização, relaxamento, aprendizado e reconhecimento de suas habilidades e potencialidades.

Desta forma, as atividades artesanais proporcionadas no espaço grupal evidenciaram a importância dos grupos de terceira idade na melhoria da qualidade de vida do idoso e na formação de uma rede social, que compensa as perdas naturais dessa etapa.

Assim, é possível concluir que a atividade artesanal é capaz de produzir reflexos positivos na qualidade de vida de idosos frequentadores de grupos UNATIs, à medida em que produziu resultados nas três esferas Allardt.

8. REFERÊNCIAS

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70. 2004.

BORBA, V.R. O envelhecimento da humanidade: o papel da universidade. In: SEMINÁRIO UNESPUNATI, 3, 2001, Rio Claro. **Resumos...** Rio Claro: [s.n.], 2001. p.14-17.

CELICH, K. L. S. **Domínios de qualidade de vida e capacidade para a tomada de decisão em idosos participantes de grupos de terceira idade**. Tese (Doutorado em Gerontologia Biomédica) – Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Instituto de Geriatria e Gerontologia. Porto Alegre: PUCRS, 2008. 106f.

FENALTI, R. C. S.; SCHWARTZ, G. M. Universidade Aberta à Terceira Idade e a perspectiva de ressignificação do lazer. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 17, n 2. p. 131-41, jul./dez. 2003.

HERCULANO, S. C. Qualidade de Vida e seus indicadores. In: **Revista Ambiente e Sociedade**, Campinas, UNICAMP/NEPAM, ano 1, n. 2, p. 77 – 99, 1998.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA – IBGE. Pesquisa Nacional de Amostra por Domicílio (PNAD). 2013. **Relatório e Comentários**. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/>>. Acesso em: 15 de abril de 2015.

IRIGARAY, T. Q.; SCHNEIDER, R. H. Participação de Idosas em uma Universidade da Terceira Idade: Motivos e Mudanças Ocorridas. In: **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 24 n. 2, pp. 211-216. 2008.

LUKASIEVICZ, M. Projeto Fazendo Arte na UNICENTRO: Oficina De Artesanato Para Terceira Idade. In: SALÃO DE EXTENSÃO E CULTURA: INSTITUCIONALIZANDO A EXTENSÃO: QUAL EXTENSÃO?, 3. **Anais...** UNICENTRO: Paraná. 2010. Disponível em: <http://anais.unicentro.br/sec/iiiisec/pdf/trabalho_227.pdf>. Acesso em: 20 de abril de 2015.

MASCHIO, A. **O benefício da arte na Terceira Idade**. [Trabalho de Conclusão de Curso de Belas Artes]. Faculdade de Arquitetura Artes e Comunicação UNESP. 2012. 77p.

NERI A. L. **Palavras chaves em Gerontologia**. 2.ed. Campinas: Alínea; 2005.

OMS. *The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization*. **Social science and medicine**.v.41, n.10, p.403-409. 1995.

SILVA, H. O.; CARVALHO, M. J. A. D.; LIMA, F. E. L. et al. Perfil epidemiológico de idosos frequentadores de grupos de convivência no município de Iguatu, Ceará. In: **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v.14, n.1, p. 23-133. 2011.

SIMIONI, A. P. C. Bordado e transgressão: questões de gênero na arte de Rosana Paulino e Rosana Palazyan. In: **Proa – Revista de Antropologia e Arte** [on-line]. a. 02, v. 1, n. 2, nov. 2010. Disponível em: <<http://www.ifch.unicamp.br/proa/ArtigosII/anasimioni.html>>. Acesso em: 24 de abril de 2015.

SOUZA, O. R. **Longevidade com criatividade: arteterapia com idosos**. Belo Horizonte: Armazém de Idéias, 2005.

TAHAN, J.; CARVALHO, A. C. D. Reflexões de Idosos Participantes de Grupos de Promoção de Saúde Acerca do Envelhecimento e da Qualidade de Vida. **Saúde Soc.** São Paulo, v.19, n.4, p.878-888, 2010.

WEBER, R. M., TOMÉ, C. L. O artesanato como uma opção para a educação permanente na terceira idade. REUNIÃO ANUAL DA SBPC, 64. In: **Anais...** (ISSN nº 2176-1221). UFMA: São Luiz. 2012. Disponível em: <<http://www.sbpnet.org.br/livro/64ra/resumos/resumos/5845.htm>>. Acesso em: 20 de abril de 2015.